

Todos deseamos saber lo que el Maestro espera de nosotros y cómo quiere que vivamos. A continuación y por instrucciones de Sant Sadhu Ram Ji, se presenta a los amados unos aspectos esenciales de Sant Mat para su reflexión y comprensión. Estos son apuntes de Sus palabras recopilados durante entrevistas y sesiones de darshan en la India y en las giras mundiales, y se divulgan ahora con Su gracia y autorización. (Noviembre 15, 2006)

Un estilo de vida para la práctica de Sant Mat Enseñanzas de Sant Sadhu Ram Ji

Protejan las palabras del Maestro.
Ellas son valiosas y obrarán para su liberación.

Sant Satgurú Ajaib Singh Ji

La vida de un satsangui debe distinguirse de la vida de la gente del mundo. Su vida es una manifestación del Amor de Dios Todopoderoso y de los medios que utiliza el Maestro. Hagan el bien a los demás sin hacer alarde de ello ni decir nada. Traten con respeto y reconocimiento a todas las formas de vida. Sean humildes, tolerantes, generosos y amables. Empleen palabras bondadosas y maneras suaves de actuar. Entiendan siempre que el Maestro los está observando desde lo alto. Estas cosas les ayudarán a hacer más Simran.

Sant Sadhu Ram

1. Lleven una vida sencilla y veraz, y agradezcan al Señor Todopoderoso por todo lo que han recibido de El.
2. Tengan en cuenta que Dios Todopoderoso está presente en todas y cada una de las personas, sean siempre humildes y compórtense bien con todas ellas. Recuerden en todo momento que el agua fluye hacia los lugares más bajos y que un árbol cargado de frutos también se inclina hacia el piso.
3. No hieran el corazón de nadie.
4. Pidan perdón y perdonen los errores ajenos.
5. Comprendan que Dios nos ha dado lo que tenemos para nuestro provecho; hagamos uso de estas cosas para beneficio de los demás y de nosotros mismos, pero no nos apeguemos a ellas.

6. Es bueno ayudar a otros sin esperar nada a cambio, pero antes de dar dinero a alguien es deber nuestro verificar que sea utilizado en un modo correcto, porque de lo contrario, estaremos asumiendo nuevos karmas y seremos responsables de cualquier mal uso que se de a ese dinero.

7. Recuerden la verdad de que todos los que nacen en este mundo tienen que marcharse y dejar atrás todas sus posesiones. La vida es una fase pasajera y debemos estar preparados para marcharnos en cualquier momento.

8. Los Santos nunca dejan a Su mente ociosa. Una mente ociosa crea muchos problemas. Ellos se mantienen ocupados ya sea con Su trabajo del mundo o haciendo Simran.

Debemos tener una **ocupación honesta**.

No gasten tiempo en cosas inútiles y eviten involucrarse en las cosas del mundo salvo aquellas necesarias para el ejercicio de su profesión.

Si bien debemos tener una ocupación con la cual ganarnos la vida, no debemos cobrar demasiado, tan sólo lo necesario para cubrir nuestras necesidades y llevar una vida cómoda. Ravi Das Ji hacía su trabajo de este mundo, sea que los clientes le pagaran o no. El no se preocupaba por eso. Entre más dinero tengamos, mayor inclinada estará la mente a salir al mundo. Si cobramos poco le facilitamos la vida a los demás.

Si utilizamos parte de nuestros ingresos para ayudar a los demás, nos volvemos más humildes y desarrollamos más amor.

9. Si algo te disgusta, guarda silencio. Dile a los demás sólo aquello que les gustaría escuchar. Habla amorosamente, emplea palabras dulces y amables. No discutas. ¿Cómo podrán mejorar las cosas si te enojas o discutes? Si alguien se enoja, tú debes mantener silencio. Quien guarda silencio, al final vence.

10. No te apegues al mundo ni a las cosas del mundo.

Si tienes algo que te gusta mucho, dáselo a otra persona y hazla feliz. No lo conserves para ti.

11. Entiende que hemos venido a este mundo a saldar las cuentas del karma; es nuestro **dar y recibir** de vidas pasadas. Tenemos un dar y recibir incluso con los miembros de nuestra familia.

Si uno de nuestros seres queridos parte de este plano físico debemos aceptar la voluntad de Dios y recibir felices Su decisión. No debemos sentir tristeza ni aflicción por la pérdida de un ser querido, porque Dios Todopoderoso es el dueño de todas las almas y El mismo decide cuándo y cómo recoger la cosecha de Sus almas. Nadie nos pertenece, todas las **relaciones familiares** son temporales, apeguémonos al amor del Gurú, no a las cosas pasajeras.

Si nos afligimos por la pérdida de un ser querido, quiere decir que sabemos mejor que Dios Todopoderoso qué es lo correcto para esa alma, o que la amamos mucho por un interés egoísta. En vez de afligirnos, deberíamos orar a nuestro Bienamado Satgurú diciendo: *“Oh Gran Maestro, Protector de las Almas, te ruego que protejas a esa alma Tuya y no le permitas volver a la espantosa prisión del chaurasi, o ciclo interminable de nacimientos y muertes. Oh Satgurú Ji, te imploro perdón para esa alma, ya que Tú eres el único que puede perdonar.”*

12. Los Santos nos enseñan **amor**. Si no podemos amar a los seres humanos a quienes podemos ver y con quienes tratamos todos los días, ¿cómo podremos amar a Dios a quien nunca hemos visto? Dios es amor y sólo quienes viven en el amor pueden encontrarlo a El.

13. Los Santos vienen a este mundo con el enorme tesoro del **perdón** que han recibido del Señor Omnipotente. Ellos vienen a perdonar la pesada carga de pecados que tenemos y nos sacan libres de aquí.

En la iniciación, el Maestro nos concede Su perdón en abundancia. El perdona nuestras faltas, errores y pecados del pasado. Los Maestros sólo vienen a perdonar y a enseñarnos la práctica de la devoción.

Los Santos nos conceden el perdón para volver a unirnos con Dios Omnipotente.

Nosotros también debemos perdonar a los demás.

14. Dos personas se unen en **matrimonio** por voluntad de Dios. Antes de entrar en una relación de matrimonio podemos pensarlo todo lo que queramos, pero una vez decidamos unirnos, esa unión debe ser para toda la vida. Los esposos deben ayudarse mutuamente en los momentos difíciles y acompañarse y compartir los momentos felices. Si respetas a tu esposo o esposa y le brindas comodidad y felicidad, tú mismo recibirás comodidad y felicidad. Una vida de hogar amorosa y feliz abre el camino a las meditaciones fructíferas.

15. Cuidar de **los padres** es muy importante, y en especial cuando necesitan nuestra ayuda por motivo de su avanzada edad o enfermedad. Aquel que cuida de sus padres obtiene felicidad.

Si cuidamos de otros, ya sean padres, hijos o cualquier otra persona, estamos cuidando del Maestro.

16. Es deber de los padres cuidar debidamente de los hijos y guiarlos por el camino de volverse personas correctas, buenos miembros de familia y buenos ciudadanos.

17. Es muy importante observar disciplina en nuestra **alimentación** y en el consumo de bebidas. Debemos asegurarnos de tener una dieta estrictamente vegetariana y evitar toda clase de bebidas embriagantes.

18. El alimento que consumimos es muy importante y en lo posible, debería prepararse y consumirse mientras hacemos Simran. Debemos considerar el alimento como un regalo de Dios y abstenernos de criticar lo que se nos prepare.

19. Uno no alcanza a imaginar cuanto pierde por **criticar a los demás**. Los devotos no se sienten afectados por lo que hagan o digan otras personas; ellos simplemente continúan con su devoción. Ellos ni se preocupan ni se molestan por el trato que reciban de los demás, pero tratan a todos con amor. Kabir Sahib dice que El se detuvo en la plaza de mercado a desear el bien a todos. Si queremos alabar a alguien, alabemos al Maestro, y si queremos criticar a alguien, critiquemos a nuestra propia mente.

20. Sin una **fe absoluta en el Maestro** no lograremos éxito con el Simran ni con la vida en este Sendero Sagrado.

No debemos preocuparnos ni sentir temor.

Todo lo que nos ocurre en la vida es obra del Maestro.

Si recibimos elogios, es el Maestro quien nos está elogiando.

Si recibimos una paliza, también está obrando el Maestro.

Cuando el alfarero golpea por fuera la vasija, la sostiene por dentro con su mano.

Tulsi Sahib dice: *Todo lo que haga mi Maestro es de la mayor dulzura para mí.*

Kabir Sahib dice que no se mueve una sola hoja sin la orden de Dios Todopoderoso.

Todos en este mundo están siendo devorados por las preocupaciones. Aquel que deja de preocuparse se convierte en Santo.

Venimos a este mundo con nuestro propio karma. Si nos preocupamos, el cuerpo se debilita y somos presa fácil de las enfermedades. Todo lo que ha de suceder, sucederá, y nuestra preocupación no puede cambiar lo que está por venir. Ahora que hemos llegado hasta el Maestro, debemos tener confianza en El. Lo que El decida para nosotros será lo mejor. El cuida de nuestros intereses desde el fondo de Su corazón.

El Maestro nos está observando a cada momento. El está siempre pendiente de nosotros. Los satsangis jamás deberían preocuparse ni sentir temor. Sant Ji decía: *Oh Ajaib, aleja toda preocupación. (El Maestro y el Señor) se preocupan por ti.*

Si uno frecuenta las compañías del mundo más de lo estrictamente necesario, se llena de preocupaciones y temores. El Simran elimina las preocupaciones y los efectos del mundo. Si uno mantiene la compañía del Satsang crecerá en fé y amor.

Si sentimos temor, quiere decir que nos creemos más poderosos que Dios Todopoderoso. El Maestro es Quien decide nuestras penas y alegrías. Debemos vivir en Su voluntad, cualquiera que sea. Si vivimos en Su voluntad no tememos nada, porque sabemos que todo cuanto nos ocurra ha sido decidido y enviado por El para nuestro propio bien. Si sentimos temor, inquietud o preocupación se debe a nuestro ego, y significa que nos

sentimos más poderosos que Dios y sabemos más que El. Porque si pretendemos cambiar lo que El ha decidido para nosotros, ¿no significa eso que nos consideramos más poderosos que El?

Los Santos llevan una vida común y corriente y participan de la sociedad y las tradiciones del lugar donde nacen y viven. Ellos no se excluyen de estas cosas. Viven entre nosotros como una persona más. El Maestro es el servidor gratuito que tienes. De El puedes obtener todo lo que deseas. El ha venido a trabajar para ti; El hace muchas cosas buenas y beneficiosas para ti, y luego se regresa. Quienes tienen dudas no sacan provecho. Quienes tienen fé pueden recibir amplios beneficios. El tiene presente tus intereses; no pierdas la oportunidad. Si todavía tienes dudas, te quedarás aquí.

21. El Simran es un camino amplio de 6 pies (el cuerpo) que te llevará directo a la Corte del Señor, sin escalas y sin obstáculos en el camino.

Haz Simran mientras realizas tu trabajo a todo lo largo del día, y lograrás que la mente se invierta gradualmente hacia lo interno.

Cuando la mente se invierta y se dirija a su hogar, te permitirá hacer Simran constantemente. Y entonces obtendrás verdadero reposo.

Trabaja duramente en el Simran y aumenta tus esfuerzos un poco cada día, hasta que hagas Simran las 24 horas del día. Asegúrate de terminar tu curso del Simran durante esta vida humana.

Todo aquello que hemos de recibir del Maestro y de este Sendero Sagrado, lo obtendremos a través del Simran.

Cuando mantenemos la remembranza interna en el Maestro, la mente siente tranquilidad plena. ¿Qué podrá dar el Maestro a quien no tiene su mente tranquila?

Un satsangui debe vivir feliz y no preocuparse. El satsangui debe hacer Simran. Aquel de quien hacemos Simran El se preocupara por nosotros, El tiene que cuidar de nosotros.

Si uno se preocupa o siente ira, la sangre se calienta y se seca, y la persona atrae más enfermedades y comete más pecados. Aquel que hace Simran no tiene que ocuparse con las cosas del mundo ni queda atrapado en ellas.

Levántate a las 3 de la mañana y haz el Simran consciente de que el Maestro está contigo. A las 3 de la mañana el Maestro viene hasta cada iniciado con una cesta llena de Gracia. El Simran es el único método para impedir que la mente divague por lo externo y nos perturbe. El Maestro se encuentra en la décima puerta interna y allí reparte el Néctar del Naam a los que se reúnen con El. Después de probar este Néctar la mente no volverá a deambular en lo externo.

Si logramos hacer Simran durante todo el día, recibiremos experiencias internas cuando nos sentemos a meditar, y entonces sabremos con certeza que el Maestro ha estado con nosotros todo el tiempo. El amor del Maestro es mayor al que recibimos de miles de padres juntos. La mente nos hace olvidar al Maestro.

Quienes no tienen experiencias no tienen plena fé, si hicieran la meditación con amor obtendrían experiencias.

No olviden al Maestro ni al Simran un solo instante. Dependan únicamente de El. El Simran, el Maestro y Dios Todopoderoso son todos uno y la misma cosa.

Mediante la práctica del Simran uno se deshace de la mente y de los cinco ladrones: lujuria, ira, codicia, apego y ego. El néctar interno que estos cinco ladrones le están robando al alma se recupera por medio del Simran, y el alma comienza a beber de él. Si el alma bebe del néctar interno del Naam, este néctar se convierte en intoxicante para el alma y en el veneno que mata a los cinco ladrones.

Cuando nos proponemos alcanzar o lograr algo, lo conseguimos con amor y firme resolución. Si hacemos el Simran del mismo modo, tendremos éxito.

22. Son muy pocos, **muy afortunados**, quienes obtienen al **Maestro Perfecto** y Verdadero. Un Maestro Perfecto los llevará hasta **Sach Khand**. El único amigo que tenemos es Aquel que nos lleva de regreso a Sach Khand. El es el único que detiene nuestra propensión al pecado.

Un Maestro verdadero es Aquel que lleva al alma hasta Sach Khand. Dios Omnipotente trabaja en la forma del Verdadero Maestro. Las cosas del mundo permanecerán aquí, el cuerpo se quedará aquí. Luego, ¿por qué sentir orgullo de estas cosas si son perecederas? De lo único que debemos estar orgullosos es de nuestro Maestro. Grandioso es El porque vuelve a unir a las almas que estaban separadas. Cantemos las alabanzas del Satgurú Ajaib Singh Ji. Grandes son Sus cualidades.

Hagan Simran. Vivan siempre felices.

Quien hace Simran todo el tiempo no se perturba con nada.

Cuanto más Simran hagan, más gracia derramará el Maestro.

El Maestro habita en la persona que hace Simran constante.